

โครงการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพในผู้สูงอายุ
องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านโคก อำเภอสุวรรณคูหา จังหวัดหนองบัวลำภู

๑. หลักการและเหตุผล

การส่งเสริมสุขภาพ เป็นมิติหนึ่งทางสุขภาพที่มีความสำคัญมากที่จะช่วยให้เราดำรงชีวิตอยู่อย่างปกติสุข ในการส่งเสริมสุขภาพจะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของมิติสุขภาพ เข้าใจหลักและวิธีปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพได้อย่างถูกต้อง การที่ประชาชนจะหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพของตนเองนั้นจะเกิดขึ้นต่อเมื่อมีความเจ็บป่วยเกิดขึ้นกับตนเองแล้วเท่านั้น ซึ่งการปฏิบัติตัวแบบนี้เป็นการรักษาตนเองที่ปลายเหตุไม่มีทางที่จะใช้ชีวิตโดยปราศจากโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ได้ การจัดการกับปัญหาด้านสุขภาพที่ต้นเหตุของปัญหาต่างหากที่จะสามารถรักษาร่างกายของมนุษย์ให้ดำรงชีวิตอยู่แบบปราศจากโรคภัย สาเหตุที่ทำให้ประชาชนเกิดปัญหาทางสุขภาพมากที่สุด คือการดำรงชีวิตในปัจจุบันที่ไม่รู้จักความเป็นอยู่ที่พอเพียง ทำให้ร่างกายเกิดความเครียด วิตกกังวล การบริโภคอาหารที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ รวมไปถึงการพักผ่อนที่ไม่เพียงพอและปัญหาต่าง ๆ ที่ตามมาอีกมากมาย การหันกลับมาสนใจการใช้ชีวิตร่วมกับธรรมชาติ การพึ่งพาธรรมชาติตามแนวคิดทฤษฎีการแพทย์แผนไทยที่มุ่งดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยมองมิติทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อม สิ่งเหล่านี้ช่วยเพิ่มความสมดุลให้กับชีวิตมนุษย์ ดังนั้นการเพิ่มพูนความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมให้แก่ประชาชนและชุมชนให้สามารถดูแลตัวเองได้จึงนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงที่ทำให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพทางไกลโรคที่แท้จริง การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดยอาศัยการนำเอาองค์ความรู้ด้านการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์ทางเลือกรวมถึงการนำเอาธรรมชาติรอบตัวมาใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ เช่นการรักษาโรคด้วยสมุนไพร การออกกำลังกายด้วยกายบริหารฤๅษีดัดตน การนวด การอบ และประคบด้วยสมุนไพร การรับประทานอาหารตามหลักธรรมชาติบำบัด การทำสมาธิบำบัด การฝึกโยคะเพื่อสุขภาพ เป็นต้น เมื่อมีการนำองค์ความรู้เหล่านี้มาประยุกต์ใช้ร่วมกับการรักษาด้วยการแพทย์แผนปัจจุบันแล้วน่าจะเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนสามารถพึ่งพาตนเองในการดูแลสุขภาพตนเองได้อีกทั้งยังเป็นการเพิ่มทางเลือกในการรักษาสุขภาพของประชาชน และ ยังตอบสนองยุทธศาสตร์แห่งชาติในการรวมพลังสร้างสุขภาพเพื่อคนไทยแข็งแรง เมืองไทยแข็งแรง HealthyThailand)

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนตำบลบ้านโคก ได้ให้ความสำคัญของปัญหาด้านสุขภาพในผู้สูงอายุจึงได้จัดโครงการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพในผู้สูงอายุตำบลบ้านโคก พ.ศ.๒๕๖๕ เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมสุขภาพโดยบริการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพ ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งด้านร่างกายและอารมณ์ เป็นการลดปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุได้อีกด้วย

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพ
- ๒.๒ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความคล่องตัวและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

๓. เป้าหมาย

ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านโคก

๔. วิธีดำเนินการ

- ๔.๑ ประชุมคณะกรรมการทุกฝ่ายเพื่อปรึกษาหารือ
- ๔.๒ เขียนโครงการ
- ๔.๓ เสนอโครงการเพื่อขอรับการอนุมัติ
- ๔.๔ ดำเนินการให้เป็นไปตามที่วางไว้
- ๔.๕ ติดตามประเมินผลโครงการ

๕.สถานที่ดำเนินการ

องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านโคก

๖.งบประมาณดำเนินการ

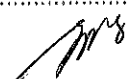
ไม่ใช้

๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๗.๑ ผู้สูงอายุได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพ

๗.๒ ผู้สูงอายุมีความคล่องตัวและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

๘.ผู้เสนอโครงการ


(นางสาวกาญจนา บุตรโคตร)

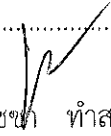
นักวิชาการศึกษา

๙.ผู้เห็นชอบโครงการ


(นางกานต์พิชชา ทำสวน)

หัวหน้าสำนักปลัด

๑๐.ผู้ตรวจสอบโครงการ

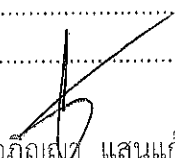

(นางกานต์พิชชา ทำสวน)

หัวหน้าสำนัก รักษาราชการแทน
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านโคก

๑๑.ผู้อนุมัติโครงการ

() อนุมัติ

() ไม่อนุมัติ เพราะ.....


(นางอภิญญา แสนแก้ว)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านโคก